



## Beter kom je naar Breederode

Wil jij ook groeien  
als zorgprofessional?



### Samen gaan we voor beter

Breederode Hogeschool werkt samen met OPPstap Zorg en Welzijn en Latona Organisatie- & Opleidingsadvies, om ons zodoende nog beter en breder te profileren als specialist in opleidingen voor zorg en welzijn.



## Beweegprogramma Diabetes mellitus type 2

Het beweegprogramma DM type 2 maakt de fysiotherapeut dé beweegspecialist die mensen met overgewicht / diabetes mellitus type 2 kan begeleiden naar een gezonde leefstijl.

- Flexibele startdatum

### Inhoud

Beweegprogramma Diabetes mellitus type 2.....	2
○ Waarom kiezen voor deze cursus?.....	3
• Opleiding .....	3
○ Inhoud van de cursus .....	3
○ Studielast.....	3
○ Accreditatie.....	3
○ Na afronding van de cursus .....	4
○ Onze docenten.....	4
• Toelating .....	4
○ Vereiste vooropleiding .....	4
• Praktisch .....	5
○ Data en omvang.....	5
○ Tijd.....	5
○ Leslocatie.....	5
○ Kosten.....	5
○ Maatwerk en incompany .....	5
○ Vragen?.....	5

- Waarom kiezen voor deze cursus?
  - In deze cursus gaan theorie en praktijk hand in hand
  - Zeer gedreven en enthousiaste docenten, die expert zijn op dit gebied
  - Kleinschalig onderwijs, waarbij ingespeeld wordt op de behoeftes van de groep
  - Direct toepasbaar en praktische kennis, waar je direct mee aan de slag kunt

- Opleiding

- Inhoud van de cursus

De cursus is een vervolg op de [Basiscursus Beweegprogramma's](#). Diabetes type 2 is een veelvoorkomende aandoening die voorkomt bij alle leeftijden maar vooral wordt geassocieerd met een ongezonde leefstijl. Een verantwoord voedingspatroon, fysieke activiteit, niet roken en een gezond lichaamsgewicht zijn onafhankelijke factoren die de kans op de ontwikkeling van diabetes mellitus type 2 verkleinen. Ook is er solide wetenschappelijke evidentie dat een gezonde leefstijl de ontwikkeling van overgewicht tot diabetes mellitus type 2 en de met diabetes mellitus type 2 geassocieerde complicaties beperkt. Zelfs beginnende diabetes mellitus type 2 is omkeerbaar door een gezonde leefstijl. De fysiotherapeut is dé beweegspecialist die mensen met overgewicht en diabetes mellitus type 2 kan begeleiden naar een gezonde leefstijl.

Binnen deze cursus komen de pathofysiologie van overgewicht, obesitas en diabetes mellitus type 2 aan bod. Daarnaast wordt aandacht besteed aan inspanningsfysiologische factoren specifiek voor deze gemêleerde doelgroep ten einde een verantwoord effectief trainingsprogramma te kunnen opstellen. Verder is er aandacht voor de rol van een verantwoord voedingspatroon bij deze doelgroep.

- Studielast

De studielast bedraagt in totaal 14 uur.

- Accreditatie

Na afronding van deze cursus ontvang je een certificaat.

Deze cursus is geaccrediteerd door:

- KNGF voor 14 punten
- Chronisch Zorgnet voor 14 punten
- Keurmerk Fysiotherapie voor 16 punten

## ○ Na afronding van de cursus

Na deze cursus heb je kennis van:

- wat diabetes is (pathofysiologie, complicaties op korte en lange termijn, medicatie),
- verschillende vormen van diabetes mellitus,
- de invloed van verschillende leefstijlfactoren, zoals fysieke activiteit en verantwoorde voeding op preventie, ontwikkeling en behandeling van diabetes,
- wat de risico's zijn bij sporten met diabetes,
- het inzetten van diabetes-specifieke meetinstrumenten,
- het opstellen van een doelgericht, planmatig, progressief diabetesgericht behandelplan,
- het kunnen lezen en interpreteren van (inspanningsfysiologische, hematologische, hemodynamische) laboratoriumwaarden.

Je kunt na de cursus natuurlijk ook deelnemen aan een ander beweegprogramma gericht op een specifieke doelgroep:

- [Beweegprogramma COPD Deel I](#)
- [Beweegprogramma COPD Deel II](#)
- [Beweegprogramma Hartrevalidatie inclusief hartfalen](#)
- [Beweegprogramma Artrose](#)

## ○ Onze docenten

- Tjieu Maas  
(diëtist, sportdiëtist, fysiotherapeut en inspanningsfysioloog)

## • Toelating

### ○ Vereiste vooropleiding

Deze cursus is op bachelorniveau. Je kunt deelnemen aan deze cursus als je beschikt over:

- Een diploma Fysiotherapie

Voordat je kunt deelnemen aan deze cursus, dien je eerst de [Basiscursus Beweegprogramma's](#) of de [Basiscursus Gecombineerde Leefstijlinterventie](#) te hebben afgerond.

Heb je een andere scholing afgerond waarin gedrag/gedragsverandering en inspanningsfysiologie behandeld zijn? Dan ontvangen wij hiervan graag een bewijs van deelname. De programmaleider beoordeelt of deze scholing toereikend is om deel te kunnen nemen aan één van onze vervolgbeweegprogramma's.

- **Praktisch**

- Data en omvang

### **Incompanytraject met flexibele startdatum**

#### **Omvang 2 bijeenkomsten**

- Tijd

9.30 - 16.30 uur

- Leslocatie

Leslocaties mogelijk door heel Nederland.

- Kosten

€ 495,- inclusief koffie, thee en lunch. Geen literatuurkosten.

- Maatwerk en incompany

Heb je liever maatwerk voor je bedrijf? Breederode Hogeschool, OPPstap en Latona bieden deze scholing ook aan als incompanytraject. Vul hiervoor ons contactformulier in en wij nemen contact met je op om de mogelijkheden te bespreken.

- Vragen?

Voor eventuele vragen over deze opleiding kun je contact opnemen met de programmaleider via onderstaand telefoonnummer, e-mailadres of via ons [contactformulier](#).

**Jochem van Schalkwijk**

[info@breederode.nl](mailto:info@breederode.nl)

010 3042340